

**PROGRAMA D'AJUDA A LA DISCAPACITAT I DIVERSITAT
FUNCIONAL "MUSICOTERÀPIA PER A LA SALUT MENTAL I TEA"**

SOCIETAT MUSICAL POBLATS MARÍTIMS DE VALENCIA



Objectius:

L'objectiu principal d'este projecte és utilitzar la música de banda com una ferramenta terapèutica per a millorar la salut mental i el benestar emocional de les persones que enfronten desafiaments com la depressió, ansietat, estrés o altres trastorns mentals.

També es tracten a persones afectades per trastorns psiquiàtrics amb símptomes crònics com el baix estat d'ànim/depressió, l'aïllament social i els problemes de memòria. La musicoteràpia és un enfocament terapèutic que utilitza les experiències musicals per a ajudar els pacients amb trastorns mentals greus a millorar les seues competències emocionals i relacionals, i aborda qüestions per a les quals és possible que no puguem utilitzar només paraules.

Per mitjà de la intervenció en musicoteràpia aconseguim que les persones prenguen consciència dels seus recursos motors, cognitius, emocionals i relacionals, els quals poden ser mantinguts, desenrotllats, millorats i potenciats.

La música actua com a factor integrador dins d'un grup, i per això les activitats que estan relacionades són perfectes per a treballar dins del centre. Per això, es presenta una proposta d'intervenció basada en un marc d'aprenentatge actiu a través del qual es veurà beneficiada tota persona usuària.